

## ABSTRAK

Untuk menghadapi perkembangan teknologi yang semakin kompleks manusia mengerahkan segenap potensi untuk mengembangkan diri dan memanfaatkan sumber daya yang ada. Kerja shift merupakan pilihan dalam cara pengorganisasian kerja yang tercipta karena adanya keinginan untuk memaksimalkan produktivitas kerja sebagai pemenuhan tuntutan konsumen.

Penelitian ini menganalisis tingkat kelelahan subjektif dan objektif antara shift pagi dan shift siang di PHIA DEVA Sleman Yogyakarta serta pengaruh pengaturan waktu istirahat pendek pada shift yang memiliki tingkat kelelahan tinggi. Dalam hal ini digunakan kuisioner 30 Item of Rating Scale untuk mengetahui tingkat kelelahan subjektif dengan indikasi menurunnya aktivitas, motivasi, dan fisik dan metode Bourdon Wiersma Test untuk mengetahui tingkat kelelahan objektif karyawan dengan interpretasi kecepatan, konstansi dan ketelitian pekerjaan.

Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil Subjektivitas kelelahan *Shift* pagi adalah tingkat 1 berklasifikasi rendah dengan penurunan aktivitas tingkat 2 berklasifikasi sedang, penurunan motivasi tingkat 1 berklasifikasi rendah, dan penurunan fisik tingkat 1 berklasifikasi rendah. Untuk tingkat objektivitas shift pagi dengan interpretasi kecepatan sebesar 10,48 dalam golongan cukup baik, ketelitian sebesar 4,25 dalam golongan cukup, dan konstansi sebesar 2,05 dalam golongan cukup baik. Subjektivitas kelelahan *Shift* siang adalah tingkat 2 berklasifikasi sedang dengan penurunan aktivitas tingkat 3 berklasifikasi tinggi, penurunan motivasi tingkat 3 berklasifikasi tinggi, dan penurunan fisik tingkat 3 berklasifikasi tinggi. Untuk tingkat objektivitas shift siang dengan interpretasi kecepatan sebesar 15,30 dalam golongan ragu-ragu, ketelitian sebesar 9,75 dalam golongan ragu-ragu, dan konstansi sebesar 4,72 dalam golongan cukup. Waktu istirahat pendek diterapkan pada *shift* siang yang memiliki tingkat kelelahan yang lebih tinggi dan memiliki pengaruh positif terhadap kelelahan subjektif dan objektif serta tingkat produktivitas karyawan. Penurunan subjektivitas kelelahan responden rata-rata 38,7%. Kenaikan interpretasi tingkat kecepatan rata-rata 38%, kenaikan interpretasi tingkat ketelitian rata-rata 31,7% dan interpretasi tingkat konstansi mengalami penurunan dengan rata-rata 38% dan untuk tingkat produktivitas karyawan dengan tingkat kenaikan produktivitas sebesar 22,2% dan kenaikan tingkat kualitas sebesar 41,3%.

Kata Kunci : Kelelahan Objektif, Kelelahan Subjektif, *Shift* Kerja, Bourdon-Wiersma Test, 30 Item of Rating Scale, Waktu Istirahat Pendek.

## ABSTRACT

*To deal with an increasingly complex technological developments took all of human potential to develop themselves and make use of existing resources. Shift work is a choice in how the organization of work created by the desire to maximize the productivity of labor as the fulfillment of the demands of consumers.*

*This study analyzes the fatigue level of subjective and objective between the morning shift and the afternoon shift at Phia DEVA Sleman Yogyakarta and the effect of the timing of short breaks on shifts that have high levels of fatigue. In this case the 30 items of the questionnaire used Rating Scale to determine the level of fatigue with an indication of decreased activity opinion, motivation, and physical and Bourdon Wiersma test method to determine the fatigue level objectively employees with the interpretation speed, constancy and accuracy of the work.*

*Based on the research results obtained Subjectivity Shift morning fatigue are classified low-level 1 with decreased activity level 2 being classified, classified decreased motivation level 1 low, and physical decline classified level 1 low. For the level of objectivity to the interpretation morning shift speed of 10.48 in the class pretty well, accuracy is 4.25 in the group enough, and the constancy of 2.05 in a pretty good class. Subjectivity Shift afternoon fatigue is a level 2 being classified with a decreased activity of higher classified level 3, level 3 classified decreased motivation high, and physical decline classified level 3 high. For the level of objectivity to the interpretation of the afternoon shift speed of 15.30 in the class of hesitation, accuracy class of 9.75 in doubt, and the constancy of 4.72 in the group enough. When applied to a short break during the shift that has higher levels of fatigue and has a positive influence on subjective and objective fatigue and the level of employee productivity. Decrease fatigue subjectivity of respondents on average 38.7%. Increase interpretation average rate of 38%, an increase interpretation accuracy rate of 31.7% on average and interpretation constancy rate decreased by an average of 38% and for the level of productivity of employees with a level of 22.2% increase in productivity and an increase in quality of 41.3%.*

**Keywords:** *Fatigue Objective, Subjective Fatigue, Shift Work, Bourdon-Wiersma Test, 30 items of Rating Scale, Short Breaks.*